



## **Etre cheval en 150 exercices**

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

# Etre cheval en 150 exercices

*Didier Lavergne*

**Etre cheval en 150 exercices** Didier Lavergne

 [Télécharger Etre cheval en 150 exercices ...pdf](#)

 [Lire en ligne Etre cheval en 150 exercices ...pdf](#)

## Téléchargez et lisez en ligne Etre cheval en 150 exercices Didier Lavergne

---

260 pages

Présentation de l'éditeur

Il faut entrer dans le virage en avançant, il faut redresser son cheval, il faut fixer ses jambes, il ne faut pas tirer sur les rênes, il faut attendre de voir sa foulée... il faut, il faut, il faut... mais comment faire ? L'objectif de ce livre est de donner des réponses qui permettront à tous les cavaliers d'acquiescer ces nombreux savoir faire et bien d'autres. Dans cet ouvrage l'auteur nous dévoile sa méthode Etre cheval Il nous propose 150 exercices progressifs, commentés et illustrés, qui amènent le cavalier à maîtriser un par un les mouvements, les gestes et les réactions qui lui permettront d'agir avec justesse et efficacité en toutes circonstances. Ces exercices sont organisés en trois parties distinctes, complémentaires et structurées. Etre cheval pour se déplacer aux trois allures en équilibre, liant, symétrique, et concentré sur l'activité du cheval. Etre cheval sur le plat pour utiliser les acquis de la première partie et éduquer son cheval de la première action de jambe au changement de pied au galop. Etre cheval à l'obstacle pour utiliser les acquis des deux premières parties et éduquer son cheval de la première barre au sol à la compétition. Plus qu'une méthode, Etre cheval, est aussi une façon d'être, qui amènera progressivement le cavalier à faire un travail sur soi pour allier avec efficacité intuition, raisonnement et savoir faire. Biographie de l'auteur

Didier Lavergne est moniteur d'équitation et cavalier professionnel. Après plus de quinze années de compétitions en CSO au plus haut niveau et de nombreux échanges avec les plus grands (Marc de Balanda, Jean d'Orgeix, Hervé Godignon), il s'installe comme enseignant indépendant. Pendant 10 ans, il se déplace de centres équestres en écuries pour transmettre une équitation respectueuse du cheval et riche en sensations. Il structure son savoir faire, jusqu'à établir une méthode, Etre cheval, plébiscitée par ses élèves et aux résultats incontestables.

Download and Read Online Etre cheval en 150 exercices Didier Lavergne #CD3YBMUFEKP

